

**HUBUNGAN KEBIASAAN MINUM KOPI TERHADAP
TINGKAT HIPERTENSI**
(*Correlation Habit of Drinking Coffee to the Level of Hypertension*)

Rita Rahmawati*, Dian Daniyati**

* Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Jl. A.R. Hakim No. 2B Gresik, email: ners.ritarahmawati@gmail.com

** Mahasiswa PSIK FIK Universitas Gresik

ABSTRAK

Kopi merupakan salah satu minuman favorit di dunia. Konsumsi kopi mempengaruhi hipertensi telah lama menjadi perdebatan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada frekuensi tertentu kebiasaan minum kopi dapat meningkatkan tekanan darah (hipertensi). Hipertensi merupakan penyakit yang timbul akibat adanya interaksi berbagai faktor resiko yang dimiliki seseorang. Kopi dapat mempengaruhi tekanan darah karena adanya kandungan kafein. Kafein memiliki efek terhadap tekanan darah secara akut, terutama pada penderita hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi.

Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional*, subjek penelitian sebanyak 58 orang, subjek penelitian ini adalah warga wilayah kerja puskesmas nelayan kabupaten Gresik yang berusia 45-65 tahun, diambil secara *Purposive sampling*. Kebiasaan minum kopi dilihat dari frekuensi kopi, jenis kopi, lama minum kopi, kekentalan kopi diambil menggunakan kuisioner dan wawancara terstruktur, dan tingkat hipertensi menggunakan observasi. Analisis statistik yang dilakukan adalah uji statistik spearmans rho dengan nilai standar $<0,05$.

Hasil didapatkan nilai signifikan (*2-tailed*)= 0,000 yang berarti ada hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi, sedangkan nilai korelasi $r= 0,809$ artinya ada derajat hubungan sangat kuat antara kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi.

Penelitian ini menunjukkan ada hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi di wilayah kerja puskesmas nelayan kabupaten Gresik yang dilihat dari frekuensi kopi, jenis kopi, lama minum kopi dan kekentalan kopi, rata-rata pasien yang mempunyai kebiasaan minum kopi berat mengalami hipertensi.

Kata Kunci : kebiasaan minum kopi, tingkat hipertensi

ABSTRACT

Coffee is one of the favorite drink in the world. Consumption of coffee affect hypertension has long been debate Some experiments show that

at the frequency certain the habit of drinking coffee can increase blood pressure (hypertension). Hypertension is a disease that occur due to the interaction of a risk factor owned someone. The coffee can affect blood pressure because of the content caffeine. Caffeine is increases blood pressure. This study aim was to explain the correlation habit of drinking coffee to the level hypertension.

The experiment used Cross Sectional design, the subject of research as many as 58 respondents, the subject of this study in working area Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik aged 45-65 years, taken in Purposive sampling. The habit of drinking coffee seen from the frequency of coffee, the kind of coffee, long drinking coffee, viscosity coffee taken used a questionnaire and planned manner of interviews, and the hypertension taken used a observations. Analyze statistics do is test statistics spearmans rho with the value of the standard <0.05 .

The results of research obtained with analyze the Test statistics spearmans rho established value significant (2-tailed) = 0,000 which means the correlation habit of drinking coffee to the level hypertension, while the value of correlation $r= 0,809$ means that there is very strong degress relationship between the habit of drinking cofee to the level hypertension.

The results of this research shows there is the correlation habit of drinking coffee to the hypertension in working area Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik wich seen from the frequency of coffee, the kind of coffee, long drinking coffee, and viscosity coffee, the average patients who have the habit of the weight of drinking coffee heavy expreience hypertension.

Keywords: the habit of drinking coffee, the hypertension.

PENDAHULUAN

Kopi merupakan salah satu minuman yang paling banyak diminati oleh masyarakat Indonesia maupaun negara lain selain kegemaran mengkonsumsi teh. Kegemaran mengkonsumsi kopi sudah dilakukan turun-temurun sejak jaman nenek moyang, bahkan dalam setiap jamuan makan baik secara formal maupun non formal, sajian kopi tidak pernah terlupakan. Kondisi ini sama

dengan luar negeri, amerika misalnya, sebagian besar masyarakat menyukai kopi, sehingga istilah *coffee break* sampai saat ini masih digunakan dan menjadi pertanda untuk menyatakan waktu istirahat (National Geographic,2009). Pengaruh kopi terhadap tekanan darah akan menimbulkan dampak pada kesehatan masyarakat, pengaruh kopi pada hipertensi saat ini masih kontroversial, selain itu hipertensi merupakan masalah kesehatan. Hipertensi merupakan

keadaan peningkatan tekanan darah yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi, misalnya stroke, gagal ginjal, dan hipertrofi ventrikel kanan (Bustan MN, 2007). American Society of Hypertension (ASH) mendefinisikan hipertensi sebagai suatu sindrom kardiovaskuler yang progresif sebagai akibat dari kondisi lain yang kompleks dan saling berhubungan. Kopi adalah bahan minuman yang banyak mengandung kafein. Kopi juga berakibat buruk pada jantung. Kafein dapat menstimulasi jantung untuk bekerja lebih cepat sehingga mengalirkan lebih banyak cairan setiap detiknya. Kebiasaan minum kopi didapatkan dari satu cangkir kopi mengandung 75–200 mg kafein, sehingga minum kopi lebih dari empat cangkir sehari dapat meningkatkan tekanan darah sistolik sekitar 10 mmHg dan tekanan darah diastolik sekitar 8 mmHg (Sutedjo, 2006). Di gresik meminum kopi sudah bukan hal yang langka lagi, seperti yang kita ketahui disetiap jalan bahkan setiap komplek pun selalu menyediakan tempat-tempat minum kopi, dan dari data awal Puskesmas Nelayan Gresik 3 bulan terakhir mengalami

peningkatan pasien yang di diagnosa hipertensi.

World Health Organization (WHO) pada tahun 2000, Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia terus terjadi peningkatan. Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2000 sebesar 21% menjadi 26,4% dan 27,5% pada tahun 2001 dan 2004. Hipertensi diperkirakan meningkat lagi menjadi 37% pada tahun 2015 dan menjadi 42% pada tahun 2025, Kenaikan kasus hipertensi terutama di negara berkembang diperkirakan sekitar 80% pada tahun 2025 dari sejumlah 639 juta kasus di tahun 2000, di perkirakan menjadi 1,15 milyar kasus di tahun 2025. Prediksi ini didasarkan pada angka penderita hipertensi saat ini dan pertambahan penduduk saat ini. Di Indonesia Menurut data Kementrian Kesehatan RI tahun 2009 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi sebesar 29,6% dan meningkat menjadi 34,1% tahun 2010. Banyaknya penderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol. Prevalensi 6-15% pada orang dewasa, 50% diantaranya tidak menyadari sebagai

penderita hipertensi sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena tidak menghindari dan tidak mengetahui faktor risikonya, dan 90% merupakan hipertensi esensial (Armilawaty, 2007). Prevalensi penyakit hipertensi cenderung mengalami peningkatan di Provinsi Jawa Timur, beberapa puskesmas dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi di provinsi Jawa Timur, berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas seluruh Kabupaten Gresik menunjukkan bahwa jumlah kasus hipertensi meningkat dari tahun 2011 hingga tahun 2012. Pada tahun 2011 sebanyak 997 kasus, dan tahun 2012 sebanyak 1.260 kasus (Warniati, 2012). Berdasarkan data awal dari Puskesmas Nelayan Gresik pada bulan september 30 penderita hipertensi, pada bulan oktober mengalami peningkatan yaitu 45 penderita hipertensi, dari 30 pasien lama yang kambuh kembali dan 15 pasien baru, dan bulan november mengalami peningkatan sebesar 68 penderita hipertensi, 30 pasien lama dan 38 pasien baru.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan

abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus. Hal ini terjadi bila arteri konstriksi yang dapat membuat darah sulit mengalir dan meningkatkan tekanan melawan dinding arteri. Hipertensi menambah beban kerja jantung dan arteri yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Udjianti, 2010). Penyebab hipertensi secara pasti masih belum diketahui dengan jelas. Data menunjukkan, hampir 90% penderita hipertensi tidak diketahui penyebabnya secara pasti (Rismayanti, 2014). Namun para ahli telah mengungkapkan bahwa faktor penyebab terjadinya hipertensi pada umumnya dibagi dalam dua kelompok besar yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti keturunan (genetika), jenis kelamin dan umur. Sedangkan faktor yang dapat diubah adalah kegemukan, kurang olahraga, konsumsi garam berlebihan, kebiasaan konsumsi kopi, merokok, mengkonsumsi alkohol, stres dan lain-lain (Suiraoaka, 2012). Faktor kebiasaan konsumsi kopi yang masih menjadi perdebatan. Kopi merupakan sejenis minuman yang berasal dari

proses pengolahan biji kopi, kopi hanya memiliki dua spesies yaitu *coffe arabica* dan *coffe robusta* (saputra.,2008). Kopi dapat digolongkan sebagai minuman psikostimulant (minuman yang menyebabkan rasa sejahtera, mengurangi kelelahan dan depresi, dan menyebabkan perubahan suasana hati dan masalah tidur) yang akan menyebabkan orang tetap terjaga, mengurangi kelelahan, dan memberikan efek fisiologis berupa energi (Bhra L.A.M.,2005). Kopi yang sehat bagi kesehatan adalah kopi yaang murni yang cara minumnya hanya kopi dan air panas tanpa campuran gula sedangkan fenomena saat ini banyak kopi-kopi tidak murni yang dapat mempengaruhi kesehatan penikmat kopi mekanisme kerja kopi pada pembuluh darah kopi dapat mempengaruhi tekanan darah karena mengandung polifenol, kalium, dan kafein. Polifenol dan kalium bersifat menurunkan tekanan darah. Polifenol menghambat terjadinya atherogenesis dan memperbaiki fungsi vaskuler, kalium menurunkan tekanan darah sistolik dengan menghambat pelepasan renin

sehingga terjadi peningkatan sekresi natrium dan air, hal tersebut mengakibatkan penurunan volume plasma, curah jantung dan tekanan perifer sehingga tekanan darah akan menurun. Kafein memiliki efek antagonis yang kompetitif terhadap reseptor adenosin, adenosin merupakan neuromodulator yang mempengaruhi sejumlah fungsi pada susunan saraf pusat, hal ini berdampak pada vasokonstriksi dan meningkatkan total resisten perifer, yang akan menyebabkan tekanan darah naik (Michael J. Klag. Dkk. 2010).

Berdasarkan identifikasi di atas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada pengaruh minum kopi terhadap hipertensi, agar seorang yang tidak mengalami sakit hipertensi mengetahui efek dari minum kopi dan seorang yang mengalami sakit hipertensi, menjadi hipertensi terkontrol.

METODE DAN ANALISA

Metode penelitian ini menggunakan *Cross Sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan minum kopi

terhadap tingkat hipertensi. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik, pada bulan Februari 2016.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien yang didiagnosa hipertensi di Puskesmas Nelayan Gresik sebanyak 58 orang. Sampling pada penelitian ini adalah menggunakan metode *purposive sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan /masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya. Berdasarkan perhitungan besar sampel didapatkan jumlah sampel sebanyak 58 orang (responden) yang sesuai dengan kriteria inklusi. Variabel independen pada penelitian ini adalah kebiasaan minum kopi,

sedangkan variabel dependennya adalah kejadian hipertensi (tingkat hipertensi). Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar kuesioner wawancara terstruktur dan lembar observasi. Untuk lembar kuesioner kebiasaan minum kopi meliputi 3 pertanyaan yang mencakup tentang: Frekuensi Kopi, Jenis Kopi, Lama Minum Kopi, Kekentalan Kopi. Data tersebut diolah dan dianalisis dengan menggunakan uji statistic *correlation Spearman Rho* dengan nilai kemaknaan $p \leq 0,05$. Apabila hasil uji statistik didapat $p \leq 0,05$, maka H_0 diterima yang berarti ada hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi. Sebaliknya Apabila hasil uji statistik didapat $p \geq 0,05$, maka H_0 ditolak yang berarti tidak ada hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kebiasaan Minum Kopi

Tabel 5.1 Kebiasaan Minum Kopi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik 2016.

Kategori	Frekuensi	Prosentase
Ringan	0	0%
Sedang	2	3,4%
Berat	56	96,6%
Total	58	100

Tabel 5.1 menunjukkan hasil penelitian dengan menggunakan kuesioner dan wawancara terstruktur didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan minum kopi berat sebanyak 56 (96.6%) orang dan sebagian kecil responden dengan kebiasaan minum kopi sedang sebanyak 2 (3.4%) orang.

Berdasarkan kebiasaan minum kopi dikaitkan dengan frekuensinya, subyek yang minum kopi 1-2 cangkir per hari memiliki resiko hipertensi sebanyak 4,12 kali lebih tinggi dibanding subjek yang tidak memiliki kebiasaan minum kopi. Hal ini sesuai dengan penelitian (Michael J. Klag dkk, 2010) yang menunjukkan bahwa resiko hipertensi konsumsi kopi 1-2 cangkir perhari lebih tinggi jika dibandingkan dengan tidak mengkonsumsi kopi cangkir perhari. Kandungan terbesar dalam kopi, yaitu kafein, memiliki efek terhadap tekanan darah secara akut, terutama pada penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan minum kopi

berat cenderung lebih tinggi responden dengan usia 45-55 tahun sebanyak 39 orang (67%) disebabkan karena ada faktor yang mempengaruhi yaitu ajakan teman, untuk melepas rindu dengan teman lama, melepas jenuh, faktor konsumsi rokok, Konsumsi rokok yang mempengaruhi kebiasaan orang minum kopi setelah merokok (merupakan salah satu faktor yang dapat di ubah) dan lingkungan yang sudah banyak menyediakan tempat-tempat minum kopi seperti cafe, warung dan lain-lain, , data tersebut mendukung teori dari (Rizaldi Yoke, 2014). Yang mempengaruhi seseorang untuk meminum kopi diantaranya adalah Ajakan teman, sarana bertemu teman lama, melepas rindu, sarana melepas jenuh, faktor konsumsi rokok, lingkungan yang sudah banyak menyediakan tempat-tempat minum kopi seperti cafe, warung. Data demografi yang mempunyai kebiasaan minum kopi cenderung berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (60%) karna pada umumnya laki-laki yang mempunyai kebiasaan minum kopi dibandingkan perempuan yang hanya 20 orang

(34%). Demografi yang mempunyai kebiasaan minum kopi cenderung berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (60%) karna pada

umumnya laki-laki yang mempunyai kebiasaan minum kopi dibandingkan perempuan yang hanya 20 orang (34%).

2. Tingkat Hipertensi

Tabel 5.2 Tingkat hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik 2016.

Kategori	Frekuensi	Prosentase
Prehipertensi (Ringan)	0	0%
Hipertensi Derajat 1 (Sedang)	3	5.2%
Hipertensi Derajat 2 (Berat)	55	94.8%
Total	58 (100%)	

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang terkena hipertensi derajat 2 (berat) sebanyak 55 orang (94.8%).

Tabel 5.2 : Klasifikasi tekanan darah

No	Klasifikasi Tekanan Darah	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
1.	Normal	< 120	<80
2.	Prehipertensi	120 – 139	80 – 89
3.	Hipertensi derajat I	140 – 159	90 – 99
4.	Hipertensi derajat II	≥160	≥100

Joint National Committee on Prevention, Delection, Evaluation, and Treatment of High Blood Preassure (JNC VII, 2014).

Menurut WHO, penyakit hipertensi merupakan peningkatan tekanan sistolik lebih besar atau sama dengan 160 mmHg dan atau tekanan diastolic sama atau lebih besar 95 mmHg (Nasrin, 2005). Hipertensi didefinisikan oleh *Joint National Committee on Delection, Evaluation and treatment of High Blood Pressure* sebagai tekanan yang

lebih tinggi dari 140/90 mmHg (JNC VII, 2014). Teori etiologi hipertensi penyebab yang tidak dapat diubah: seiring dengan bertambahnya usia, maka resiko terserang hipertensi juga semakin meningkat. Karena semakin usia bertambah, elastisitas pembuluh darah akan berkurang, sehingga cenderung mengalami penyempitan pembuluh darah.

Sampai usia 45 tahun, pria lebih beresiko mengalami hipertensi. Jenis kelamin berpengaruh pada terjadinya hipertensi. Pria mempunyai risiko sekitar 2,3 kali lebih banyak mengalami peningkatan tekanan darah sistolik dibandingkan dengan perempuan, karena pria diduga memiliki gaya hidup yang cenderung meningkatkan tekanan darah.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa keseluruhan responden mengalami hipertensi berat sebanyak 94.8% Sebagian

besar dari 58 responden dengan umur 45-55 tahun dan berjenis kelamin laki-laki, hipertensi dialami laki-laki karena adanya pengaruh hormon. kelompok tersebut juga memiliki resiko kenaikan tekanan darah yang meningkat seiring bertambahnya usia, dan tidak berperilaku hidup sehat. dan data yang diperoleh dari Wilayah Kerja Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi tinggi pada kelompok usia 45-55 tahun.

3. Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Terhadap Tingkat Hipertensi

Tabel 5.3 Hubungan kebiasaan Minum Kopi Terhadap Tingkat Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik 2016.

No	Kebiasaan	Tingkat Hipertensi						Total	
		Prehipertensi (Ringan)		Derajat 1		Derajat 2		N	%
		N	%	N	%	N	%		
1	Ringan	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
2	Sedang	0	0%	2	3.44%	0	0%	2	3.44%
3	Berat	0	0%	1	1.72%	55	94.82%	56	96.55%
Jumlah		0	0%	3	5.17%	55	94.82%	58	100%
Spearman Rho		p=0,000				r=0,809			

Hasil analisis statistik menggunakan *Spearman Rho* menunjukkan tingkat kemaknaan $p=0,000 \leq \alpha (0,05)$ yang artinya ada hubungan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi di wilayah kerja Puskesmas nelayan

Gresik bulan februari 2016. Dengan derajat korelasi hubungan $r = 0,809$ berarti korelasi sangat kuat.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Michael J. Klag dkk, 2010) yang menunjukkan bahwa resiko hipertensi konsumsi kopi 1-2

cangkir perhari lebih tinggi jika dibandingkan dengan tidak mengkonsumsi kopi cangkir perhari. Kandungan terbesar dalam kopi, yaitu kafein, memiliki efek terhadap tekanan darah secara akut, terutama pada penderita hipertensi. Peningkatan tekanan darah ini terjadi melalui mekanisme biologi antara lain kafein mengikat adenosin, mengaktifasi sistem saraf simpatik dengan meningkatkan konsentrasi *cathecolamines* dalam plasma, dan menstimulasi kelenjar adrenalin serta meningkatkan produksi kortisol. Hal ini berdampak pada vasokonstriksi dan meningkatkan total resistensi perifer, yang akan menyebabkan tekanan darah naik (Martiani, 2012).

Hal ini membuktikan bahwa peningkatan darah ini terjadi melalui mekanisme mekanisme biologi antara lain kafein mengikat adenosin, mengaktifasi sistem saraf simpatik dengan meningkatkan konsentrasi *cathecolamines* dalam plasma, dan menstimulasi kelenjar adrenalin serta meningkatkan produksi kortisol. Hal ini berdampak pada vasokonstriksi dan meningkatkan total resistensi perifer,

yang akan menyebabkan tekanan darah naik (Martiani, 2012).

Data tabulasi yang diperoleh rata-rata responden yang memiliki kebiasaan minum kopi berat juga mengalami hipertensi berat, hanya 2 responden dari 58 orang memiliki kebiasaan minum kopi sedang dan mengalami hipertensi sedang. Dan 1 diantara 58 responden memiliki kebiasaan minum kopi berat namun mengalami hipertensi sedang, karna ada faktor lain yang mempengaruhi pada responden ini yang berpengaruh pada tingkat hipertensi di tinjau dari parameter kuesioner kebiasaan minum kopi, pada pertanyaan tentang lama minum kopi responden ini memilih jawaban setiap hari meminum kopi, teori kafein pada tubuh manusia dapat mentolerir kafein yang di minum seseorang setiap harinya dan dalam jangka waktu panjang (martiani, 2012).

Data tabulasi kebiasaan minum kopi yang telah di hubungkan dengan tingkat derajat hipertensi pada penelitian ini menunjukkan hasil nilai korelasi sebagai berikut: pada frekuensi kopi $r : 390$, jenis kopi $r : 947$, lama minum kopi $r : 604$, kekentalan kopi $r : 657$,

kebiasaan minum kopi $r:0,809$, dan dapat disimpulkan bahwa jenis kopi merupakan faktor yang paling tinggi nilai tingkat korelasinya dengan kebiasaan minum kopi terhadap tingkat hipertensi, dan yang paling rendah nilai korelasinya adalah frekuensi kopi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sebagian besar responden memiliki kebiasaan minum kopi (berat), responden tersebut sebagian besar mengalami tingkat hipertensi derajat 2 (berat) karena sebagian besar responden tersebut berumur 45-55 tahun berjenis kelamin laki-laki merupakan kelompok yang memiliki resiko hipertensi seiring bertambahnya usia, dan ada hubungan sangat kuat antara kebiasaan minum kopi terhadap Tingkat Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik.

Saran

1. Bagi Masyarakat
Penderita hipertensi diwajibkan mengurangi konsumsi kopi setiap hari minimal 1 cangkir kopi yang mengandung kurang

dari 100-150 mg kafein atau setara dengan 3 sendok teh.

2. Bagi Puskesmas dan Perawat
Pegawai kesehatan diwajibkan memberi penyuluhan (head education) kepada semua masyarakat khususnya wilayah kerja Puskesmas Nelayan Kabupaten Gresik
3. Saran Bagi Peneliti selanjutnya
Perlunya dilakukan penelitian lebih lanjut dengan membuktikan faktor hipertensi lebih lengkap serta dengan topik hubungan lainnya, seperti faktor hipertensi asupan garam, stress, kurang olahraga, dan lain-lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariefmansjoer, (2005). Mengenal, mencegah, Mengatasi Silent Killer Hipertensi. Jawa Tengah : Pustaka Widyamara.
- Beaudion, L. E., Edgar, L.(2003). Their Importance to Nurses' Quality of work life. *Nursing Economics*, May-June, pp. 106 – 113.
- Benedetti M.D.et al. (2013) *smoking,alcohol,and coffe consumption preceding parkinson's disease, Neurology.*
- Bhara, L.A.M. (2002). Determination of Caffeine Content Of tea and instant coffe Brands

- Found in the Kenyan Market. *African Journal of Food Science*;4(6):353-358.
- Brooks, B. A., Aderson, B.,(2007). Assesing The Nursing Quality of Work Life. *Nursing Administration Quarterly*, pp. 152 – 157.
- Calixto F.S & Rubio M.E.D. (2010) dalam ACS' *Journal of Agricultural and Food Chemistry*.
- Corwin, MC, El-somey A. (2005). *Explaining Complication Result in Hypertension*. *Jurnal of Human Hypertension*; 20:909-912.
- Dieter Belitz, Grosch Werner, Schieberle Peter. (2009) *Food Chemistry*. Jerman: spinger;. p.940, p.947
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. *Profil Kesehatan Kabupaten Gresik* (2012). Jawa Timur: Dinas Kesehatan Kabupaten Gresik; (2012).
- Gray, H.H. dkk. (2005). *Kardiologi. Translation Copyright*. Surabaya : Erlangga, hal :81
- Green LW. & Kreuter MW. (1991). *Health Promotion Planing. An educational and Environmental Approach*. 2nd. Ed. Mountain View: Mayfield Publishing Co.
- Jhonson-kozlow,m.,et al,. (2009) Coffe computation and cognitive function among older Adults, *Am J Epidemol*; 156:842-8p.947
- Klag MJ, Wang NY, Meoni LA, Brancati FL, cooper LA, Liang KY, et al. (2002) Coffe Intake and Hypertension. *Arch Intern Med*;162:657-662.
- Kosnayani, A.S. (2007) *Penelitian Kesehatan Jasmani Di Tinjau Dari Asupan Nutrisi Pada Tubuh*. Jawa Tengah.
- Lelyana R., (2008) Blood Pressure Response to Chronic Intake of Coffe and Caffeine: a Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Jurnal of Hypertension*; 23;921-28.
- Lumbantobing. (2008). *In the Pathogenesis of Hypertention*; 356:1996-1978
- Majid. (2005). *Impact of Dietary and Lifestyle Factors on the Prevalence of Hypertension in westren Population*. *Eur J Public Health*. 14;43:235-9
- Martiani A. (2012) *Studi Diskriptif Tentang Faktor Risiko Hipertensi Ditinjau Dari Kebiasaan Minum Kopi*. Semarang:Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Nursalam. (2013). *Metedologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.

- Patrick, DN. (2010). *Tanya Jawab Mengenai Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta Barat : Airlangga
- Ridwansyah. 2005. *Penelitian Kesehatan Tentang Kafein*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius;1993.
- Prince, BT. (2005). *Exercise and Hypertension*. Australia: Australian Family Physician.
- Rizaldi yoke, Kenali Lima Dampak Negative Kafein Bagi Kesehatan Anda. <http://healinindonesia.com>. diakses pada tanggal 11 januari 2014.
- Santoso, B.S. (2006). *Ilmu Penyakit jantung*. Surabaya : Airlangga, hal 47 Saputra, PS. (2002). *Kopi Internasional dan Indonesia*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius;1993. p.35.
- Sasrtoasmoro Sudigdo, Ismael Sofyan. (1995) *Dasar – Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta : Binzrupa Aksara;. Hal 206 -212.
- Wijaya, HH. (2009). *Efek Samping Rokok & Kopi Pada pasien Penderita Hipertensi*. Jakarta : PT. Penebar Swadaya.